



8・9月のこんだてひょう

みねやまがくえん しょうがっこう
峰山学園しんざん小学校

月	火	水	木	金
29	30	31	1	2
ガパオライス (麦ごはん) きゅうりとパインの サラダ カルピスゼリー 牛乳	減量ごはん 冷やしうどん 五目炒め 納豆みそ 牛乳	ごはん トビウオの青のり天ぷら 切干大根のソース炒め 玉ねぎのみそ汁 牛乳	ごはん 七宝豆腐 ワントンスープ ミディトマト 牛乳	ごはん 豚肉の生姜炒め かぼちゃのサラダ キャベツのみそ汁 牛乳
5	6	7	8	9【十五夜】
減量わかめごはん シャージャー麺 豚肉と野菜のソテー ぶどう 牛乳	ごはん イカのかりん揚げ 芋づるの煮つけ かぼちゃのみそ汁 牛乳	ごはん ちくわの変わり揚げ きゅうりの酢の物 じゃがいものそぼろ煮 牛乳	メキシカンライス なしのサラダ 肉団子スープ 牛乳	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 キャベツの昆布炒め お月見団子汁 牛乳
12	13	14	15	16【たんご・食の日】
ごはん サバのカレー焼き キャベツの煮びたし なすのみそ汁 牛乳	ごはん かぼちゃの春巻き ひじき豆 ふのすまし汁 牛乳	キムタクごはん じゃがいもとツナの ソテー うずら卵のスープ ぶどうゼリー 牛乳	ごはん チーズダッカルビ 切干大根のナムル わかめスープ 牛乳 【世界の料理・韓国】	ごはん 夏野菜のかき揚げ ゆかり和え 冬瓜のうすくず汁 牛乳
19	20	21	22	23
敬老の日 	ごはん なすチーズバーグ 粉ふき芋 コンソメスープ 牛乳	ごはん キスの南蛮漬け 千草漬け 豆腐のすまし汁 牛乳	ごはん 厚揚げとチンゲン菜の 中華風煮 バンサンスー 黒糖マフィン 牛乳	秋分の日 
26	27	28【歯の日】	29	30
ごはん マーボーなす 炒めビーフン なし 牛乳	ごはん 鶏肉の香草焼き じゃがいものきんぴら 沢煮えん 牛乳	麦ごはん じゃこのカレー揚げ 切干大根の中華炒め 卵スープ 牛乳	ごはん 磯煮 無限きゅうり 鉄火みそ 牛乳	ごはん サワラの竜田揚げ 夏野菜のごまみそ和え すまし汁 牛乳